

Recenze: Daan van Kampenhout: Obrazy duše, Maitrea, Praha 2007

PhDr. Jaroslav Simon

Daan ve své knize představuje paralely šamanismu a rodinných konstelací. Své osobní zkušenosti se šamanismem získal u původních obyvatel Ameriky a předává je velmi srozumitelnou a čtivou formou čtenářům. Mám za to, že kniha je velkým přínosem pro lektory konstelací a i obohacením samotného směru. Oslovila mne na mnoha místech, vyberu z nich jen některá.

Už v úvodu je mi velmi sympatické, že si Daan zachovává střízlivý pohled na oblast, které se věnuje: „Obraz šamanismu pozvolna dosáhl v západním světě téměř mýtických rozměrů, já však tento přehnaný a optimistický pohled na něj nesdílím.“ „V každé duchovní tradici závisí kvalita činnosti na tom, kdo ji vykonává.“ (str.22)

Zajímavě srovnává psychoterapii a šamanismus - roli šamana a psychoterapeuta, pozici klienta v obou přístupech, a podobnosti a odlišnosti obou druhů léčby. Oceňuje význam psychoterapie: „Někdy je psychoterapie k léčení a pochopení účinnějším nástrojem než konstelace.“ (str.34) Tato slova mne samozřejmě jako psychoterapeuta těší. Avšak mnohem důležitější v nich je skutečnost, že i konstelace mají svá omezení a limity. To je důležité uvědomění nejen pro lektory konstelací, ale i pro jejich klienty. Konstelace v některých případech nejsou tím nevhodnějším nástrojem pomoci.

Zmiňuje důležitost motivace klienta a jeho schopnosti pracovat na změně: „Chce někdo skutečně vyléčit nebo chce jen, aby byly odstraněny překážky...?“ (str.151). Motivace klienta je nezbytný předpoklad v každé terapii, která má přinést skutečnou léčbu. Odstranění příznaků neznamená skutečnou léčbu. A skutečná léčba se svým způsobem nezajímá o příznaky. Skutečná léčba představuje změnu klienta. K tomu je potřebná jeho určitá aktivita. V konstelacích je to trochu jiné než v klasické terapii. Klient se samotného průběhu konstelace aktivně neúčastní. Je zde proto navíc další důležitý požadavek - otevřenost: „Klient může přijmout léčivou sílu pouze, když vejde do rituálu s otevřenou myslí a srdcem a s ochotou přijmout jiná řešení než ta, která si vytvořil ve své představivosti.“ (str.151) Tento požadavek - otevřenosti tomu, co přijde, platí v konstelacích nejen pro klienty, ale i pro lektory samotné.

Šamanismus pracuje ve srovnání s jinými přístupy v daleko větší míře s předky. A u nich hledá sílu pro řešení problémů klientů: „Samotné síly se nám dostává od předků, kteří nás nestvořili přímo. To bývají ti předkové, kteří žili nejméně tři nebo více generací před námi. Čistá síla většinou pochází od těch, kdo na naše životy neměli přímý vliv.“ (str.55) Přijetím našich přímých předků – rodičů, můžeme přijmout naše místo zde na světě, a tím, že přijmeme je, přijmeme i sebe. Avšak skutečný zdroj síly u nich často nenajdeme. Z toho pramení i zklamání mnohých klientů v konstelacích, že jim rodiče dali jen tolik, kolik dali. Tuto sílu však můžeme hledat a najít u předků vzdálenějších. A v tom vidím velký přínos šamanského přístupu.

Daan nám nabízí pohled šamanismu na fungování konstelací: „V konstelaci dávají zástupci svá fyzická těla k dispozici jako dočasná těla jiným duším a duchům.“ To mně osobně zní docela hrozně. Avšak máte-li zkušenost se svým účinkováním v rolích, pak víte, že to zase tak hrozné není. „Když se podíváte na proces stavění rodinné konstelace z pohledu tradičního šamanismu, vypadá to jako zjednodušený a zestručněný rituál za účelem pozvání duchů a nabídnutí jim dočasných těl.“ (str.80) Nikdy jsem se nijak zvlášť o šamanismus nezajímal, ale podle tohoto výkladu se zdá, že při práci s konstelacemi se v rolích lektorů stáváme tak trochu šamany.

V konstelacích se často objevují silné emoce a energie. Pro představitele v rolích bývá jejich účinkování velmi náročné. Účastníka semináře konstelací proto může napadnout otázka: „Má to vůbec nějak efekt pro ty, kterých se to týká?“ Na to Daan odpovídá: „Každý vnitřní posun, který zástupce zakusí, je krokem za někoho jiného, zástupce ho

dělá za druhého člověka.“ (str.51) Zástupci tedy vlastně v rolích pracují pro druhé. Je to mnohdy náročná práce, ale užitečná. Někdo, kdo zrovna nevyhledává sebeobětování pro druhé si ale může položit rýpavou otázku: „To je hezké, ale co z toho mám já? Má to vůbec nějaký smysl i pro mně? Není opakované stání v rolích, které jsou někdy tak těžké, tak trochu masochismus?“ Není. Ale záleží, jak se to dělá. „Pravidelným zastupováním v konstelacích se člověk otvírá „lidské zkušenosti“ v jejích nejrůznějších podobách.“ Kde jinde můžeme na vlastní kůži a na nečisto zažít, jaké to je být silným otcem, ženou odmítající svoji matku, nechtěným dítětem, partnerem, který chce odejít za svou zemřelou partnerkou nebo dokonce zemřelým dědečkem? Já sám neznám jiný způsob, jak tyto různé role zažít. Nikoliv zahrát, ale skutečně zažít.

„Zastupování nás činí většími, propojenějšími, chápacími a oceňujícími lidskost. Když se zastupování provádí vědomě, přesáhneme svá omezená já.“ (str. 148) Vědomé zastupování neznámá, že jsme vybráni do role, nějak ji ustojíme a pak si oddychneme, že to už máme za sebou a nějakou dobu se zase dáváme dohromady. Není to o tom, že se jen necháme použít. Že se nám TO stane. Ale že MY v tom jsme. Jde o vědomý proces - vědomé vstoupení do role, vědomé odevzdání se roli, vědomé bytí v roli a vědomé vystoupení z role. Je to zcela jednoduché. Zároveň je to i jakýsi posvátný proces. Máme možnost vstoupit do jiných životů a nechat se oslovit a obohatit jejich zkušeností. Nemusíme se o nic snažit, jde to samo. Ale tato zkušenost nás zasahuje v té nejhlubší rovině. Zasahuje a zároveň otevírá. Proto mají účastníci seminářů konstelací často pocit, že jsou si navzájem nějak blíží, a někteří hovoří i o lásce. Není to proto, že by se setkala zvláště výjimečná skupina lidí, i když samozřejmě typ lidí, který tato metoda oslovuje, hraje svou roli. Ale hlavním důvodem je zasažení a otevření se druhým na této hluboké rovině. A v této rovině jsme všichni lidé stejní. Úplně všichni.

Konstelace se stávají velmi oblíbenou metodou. Tato oblíbenost má však i svá rizika. Může vést k závislosti. „Přestože je nezbytné mít k duši i duchu respekt, tento respekt se nesmí zaměňovat se slepou oddaností. V šamanské praxi vede slepá důvěra nakonec k závislosti, někdo může cítit, že duchové jsou mnohem moudřejší, duchovnější a mocnější než on sám a kdykoli se setká s nějakou výzvou, považuje za nezbytné volat duchy. Takovému člověku potom bude slábnout vůle a schopnost zdravého úsudku. K podobnému jevu dochází, když lidé mají nutkavou potřebu podílet se na systemické práci. Kdykoli vyvstane dotaz týkající se práce či rodiny, cítí potřebu postavit si konstelaci, jež jim dá informaci, a oni potom podle ní zvolí nějakou strategii.“ (str.149) Útěchou nám může být, že k závislosti dochází všude, v konstelacích i v šamanismu. Je přirozené, když se závislost objevuje u klientů. Horší je, když se objevuje u některých lektorů. Konstelace jsou jen konstelace. Je to jen metoda, která nám může pomoci lépe žít svůj život. Nic míň, nic víc. „Namísto rozhodnutí, jestli opustit partnera nebo zůstat, nebo jestli koupit ten dům nebo onen, či přijmout jednu práci a druhou odřít, by měla být poskytnuta pomoc, která dotyčnému umožní se rozhodnout na základě síly a duchapřítomnosti. Existují otázky, na které si může odpovědět jen člověk sám a nepomůže mu ani šamanský praktikant, ani lektor rodinných konstelací.“ (str.151) Měřítkem tedy není počet postavených konstelací a absolvovaných rolí, ale skutečný život, a způsob, jak jej zvládáme. To je to, oč tu jde, a i důvod, proč stavíme konstelace.

Praha, 20. března 2008

Uveřejněno na www.cisk.cz (Český institut systemických konstelací)